

RAVIJUHENDI TEEMAALGATUS

1. Koostatava ravijuhendi (esialgne)pealkiri

2. tüüpi diabeedi mittefarmakoloogiline ravi

2. Ravijuhendi koostamise vajalikkus

Perioodil 2020–2021 koostati ravijuhend „2. tüüpi diabeedi diagnostika ja ravi (RJ-E/51.1-2021)“. Nimetatud ravijuhendi tööühm soovitas suunata 2. tüüpi diabeeti põdevad patsiendid intensiivsesse eluviisisekkumise programmi. Käesoleval hetkel intensiivne eluviisisekkumise programm Eestis puudub, lisaks vajab täpsustamist selle sisu. Eelpoolmainitud ravijuhendis ei olnud mahu piirangute tõttu võimalik mittefarmakoloogilist ravi käsitleda. Samuti ei olnud see ressursi mõistes ratsionaalne – vajalik tööühma vähemalt osaline ümberkomplekteerimine. Vajalik on koostada mittefarmakoloogilise ravi teemaline jätkujuhend, millest tuleb sisend intensiivse eluviisisekkumise koostamiseks.

3. Patsiendid/sihtrühm

Täiskasvanud 2. tüüpi diabeediga patsiendid.

4. Haiguskoormus Eestis

Eestis ei ole diabeedi täpne levimus teada. Esimest korda hinnati glükoosi ainevahetuse häirete levimust 2006. aastal Väike-Maarja piirkonnas tehtud uuringus ($n = 368$), millest selgus, et diabeedi levimus täiskasvanud rahvastiku seas (vanuses 25–70 eluaastat) oli 8,7%, millest 7,1% oli varem diagnoositud diabeet ja 1,6% puhul oli tegu esmase diabeediga (Lepiksoo et al, Eesti Arst 2008;87:337–41). 2008. aasta novembrist kuni 2009. aasta maini kolmes Eesti maakonnas tehtud ristlääbilõikelise uuringu järgi oli diabeedi levimus Eesti täiskasvanud rahvastikus (vanuses 20–74 eluaastat) 7,0% (95% CI 4,8; 9,3%) (Eglit et al, Diabet Med 2011;28:504–5). Rahvusvahelise Diabeedi Föderatsiooni hinnangul oli 2019. aastal diabeedi levimus Eestis 6,2% (95% CI 4,3; 11,7%) ehk 58 700 (95% CI 41 100; 111 000) täiskasvanud inimest (vanuses 20–79 eluaastat) (International Diabetes Federation, Diabetes Atlas; 2019). 2016. aastal oli esmashaigestumine 2. tüüpi diabeeti 476,7 juhtu 100 000 elaniku kohta (Tervisestatistika ja Terviseuuringute Andmebaas. Esmashaigestumus 100 000 elaniku kohta soo ja vanuserühma järgi;2020). Eesti Haigekassa raviarvete analüüsi kohaselt oli 2019. aastal 70 120 ja 2020. aastal 69 636 isiku raviarvel põhi- või kaasuva diagnoosina märgitud 2. tüüpi diabeet (Eesti Haigekassa. Eesti Haigekassa Raviarvete andmebaas;2021).

5. Erinevused ravipraktikas ja/või tervisetulemites ja/või tervishoiukuludes

2. tüüpi diabeedi diagnostika ja ravi (RJ-E/51.1-2021) juhend käsitles riskirühma kuuluvate asümptomaatiliste inimeste sõelumist, 2. tüüpi diabeedi diagnoosimist, diagnoosiga patsiendil ravi alustamist ja -intensiivistamist, insuliinravi alustamist, ravieesmärke, vere glükoosisisalduse enesekontrolli glükomeetriga ning 2. tüüpi diabeedi diagnoosiga patsiendi jälgimist. 2016. aastal Eesti Endokrinoloogia Seltsi eestvedamisel valminud 2. tüüpi diabeedi ravijuhend käsitles 2. tüüpi diabeedi sõelumist, diagnoosimist ning farmakoloogilist ravi (Ambos et al, Eesti Arst 2016; 95: 465–73). Eluviisisoovitusi käsitleti viimati 2008. aasta ravijuhendis (Ambos et al, Eesti Endokrinoloogia Selts; 2008).

Esmatasandil kui ka eriarstias ei ole piisavalt eriväljaõppega toitumisterapeute. Eluviisinõustamist teostavad peamiselt õed ja ka arstid. Teoreetiline taust ja tõendus vajab süstematiseerimist ja soovitusel korrastamist.

6. Eeldatav mõju patsiendi tervisenäitajatele ja/või ressursside kasutusele

Eeldatav mõju on suur. Praegune ravipraktika on heterogeenne. Kasutatavad patsiendimaterjalid patsiendiorganisatsioonide ja ravimfirmade väljatöötatud. Kvaliteedikontroll puudub. Teaduslik tõendusmaterjal vajab ülevaatamist. Jätkujuhendist peaks tulema sisend eluviisisekkumise programmi väljatöötamiseks.

7. Peamised ravijuhendi kasutajad

x üldarstiabi x eriarstiabi

Juhend oluline peamiselt esmatasandil perearstiabis. Kasutatav ka mitmel pool eriarstiabis.

8. Teemad, mida juhendis EI käsitleta

2. tüüpi diabeedi diagnoosimine ja ravi on kaetud ravijuhendiga „2. tüüpi diabeedi diagnostika ja ravi (RJ-E/51.1-2021)“

Juhend ei käsitle 2. tüüpi diabeeti lastel, 1. tüüpi diabeeti ega rasedusaegset diabeeti.

9. Kliinilised küsimused või probleemid, mida on vaja lahendada

Teemad mis vajavad käsitlemist:

- 2. tüüpi diabeet ja kehakaalu langetamine
- 2. tüüpi diabeet ja toitumine
- 2. tüüpi diabeet ja füüsiline aktiivsus
- 2. tüüpi diabeet ja vaimse tervise hindamine

10. Erialad, kellega konsulteeriti koos vastutava isiku kommentaariga

Eesti endokrinoloogia Selts, Eesti Diabeediliit, MTÜ Diabeedispetsialistid

11. Teemaalgataja kontaktandmed

Mart Roosimaa mart.roosimaa@regionaalhaigla.ee

Ulvi Tammer-Jäätes ulvi.tammer@diabetes.ee

Maarja Randväli maarja.randvali@diabeedispetsialistid.ee

Urmeli Katus urmeli.katus@ut.ee